

褚氏誼題

注。重衛生保全健康。的一到夏令。都要想法到空氣新鮮的山明水秀的地方去避暑。我國避暑的地方很多。好像西湖。莫干山。廬山等處。都是避暑的絕好勝地。那避暑的人大都是有錢的居多。如果能夠在避暑的當兒閱報觀賽。遊山玩水。到也罷了。可是他們那裏肯照這樣做去。我們常見一般假借避暑的人。他們依舊尋歡作樂。卜晝卜夜。帶着賭具的也有。挾着妓女的也有。有呼盧喝雉。紙醉金迷。照這種避暑。有甚無實。往往因此反而弄出疾病來。這真是太沒有常識了。我說避暑最好是同伴下棋。看心曠神怡。否則唱唱留聲機。也逍遙。不必一定要做出那種俗不可耐的舉來。有許多避暑一定要家名勝。其實何必。不論什麼鄉間。都是避暑的絕好場所。第一須揀有山有水的地方。但不知避暑諸君以為怎樣。

吃素的
的
宗旨
利益

(士女芳慧周)

吃素是很益衛生的。可惜給一般蠢夫愚婦當作迷信舉動。他們的目標。以為吃素能夠消災降福。其實不然。吃素本來是一件很美觀的事。既衛生。又經濟。我們須臾那吃長素的人。他們的身體是很健康的。比較吃葷的人要來得強壯。因為素食的滋養料。比較任何葷腥來得豐富清潔。所以吃素這件事。我很讚成。尤其是夏令吃素最為要緊。現在我把夏令吃素的常識寫在下面。

●宗旨 夏令吃素的宗旨。是避免疾病。注重衛生。並非節省金錢。又非吃雷齋素。求菩薩來保佑。所以夏令吃素第一要把這個宗旨記明。

●利益 夏令吃素。利益很大。因為天熱的時候。那輩腥魚肉等類。很容易腐敗。稍不留意。吃在肚裏。就要釀成種種疾病。家庭中考究衛生的。弄些吃吃。到還清潔。如過跑到外面去應酬。胡吞亂咽。多麼危險呀。

衛生 吃素亦有衛生不衛生之別。那醬黃瓜、霉豆腐、臭豆腐乾和一切醬菜等品。都是素食中的助敵。吃了非但無益。反而受害。最難吃的就是那江北人所做的油條。而且這油條大多數認為是吃素的唯一妙品。我說最好拿「菜」豆來當做素品。既富滋養。又極清潔。如果烹調得法。那鮮味何嘗不比葷腥呢。

湯筆花緊要啟事

鄙人今日應邀湖博覽會之邀。赴杭參觀。約一星期返滬。本報編輯繁重。未便托人代理。自下期起。暫停二期。請讀者鑒諒。恐未周知。特此通告。

(好)
 (連) 煙絲嫩黃
 香 氣味芬芳
 煙 價廉物美
 (道) 人人愛吸
 中國煙公司

請注意
今日封
廣告

浴合德記池

各界光顧	電梯代步	招待周到	毛巾消毒	器具精良	佈置幽雅
無任歡迎	便利異常	呼吸靈敏	注重衛生	空氣新鮮	陳設完備
口內	路弄	浙司	北公	路施	京先



領帶中最高手美術思想的惟麒麟公司出古以來頗受社會歡迎廉物美國貨之光

麒麟公司發行
及門市部

英租界波羅二路〇六號 電話二六九八號

第一版

美租界老靶子路二五号 電話四八六九号

廢物利用法

(北平人)

油法

(舒佩實)

便而易行者。分析言之於左。

- (一) 每晨六時半。宜促家人起身。齊集庭中。作十五分鐘或二十五分鐘體操。
- (二) 每晨掃除屋舍後。必用石灰水消毒。
- (三) 手巾飯碗等物。各人分開。不可通用。
- (四) 粥飯之外。宜禁雜食。
- (五) 持盥浴室。無論男女老少。日必沐浴一次。
- (六) 食物經宿。棄之不易。變味者外。宜宜拋棄。
- (七) 禁止吸煙飲酒。
- (八) 不用茶葉。口渴以白開水代之。
- (九) 各室備寒暑表。以辨寒暑。
- (十) 入晚九時休息。上床睡覺。睡眠之時。宜一律熄燈。

吃楊梅須知

(瓶蓋當)

家庭衛生常識

(朱善仕)

志謝 老友張簡儀君所著武俠小說南北游俠傳。描寫武俠俠義。繪聲繪色。如火如荼。自刊行後。深受讀者歡迎。近由四馬路東華里人心書局出版。裝訂二厚冊。售價八角四分。昨承惠贈一部。特此誌謝。並代介紹。(筆花)

石灰水之功

(舒佩實)

小醫學

(何道才)

幼孩耳聾。最覺不便。今有一法。捉一小貓。將貓置在小孩耳旁。貓叫三聲放去。耳即自亮。此法治愈甚多。頗驗。

蛇咬急救

(舒佩實)

治耳聾法

(何道才)

幼孩耳聾。最覺不便。今有一法。捉一小貓。將貓置在小孩耳旁。貓叫三聲放去。耳即自亮。此法治愈甚多。頗驗。

去衣服爛

(舒佩實)

治耳聾法

(何道才)

幼孩耳聾。最覺不便。今有一法。捉一小貓。將貓置在小孩耳旁。貓叫三聲放去。耳即自亮。此法治愈甚多。頗驗。

養和室白

(舒佩實)

治耳聾法

(何道才)

幼孩耳聾。最覺不便。今有一法。捉一小貓。將貓置在小孩耳旁。貓叫三聲放去。耳即自亮。此法治愈甚多。頗驗。

濁粉

(舒佩實)

治耳聾法

(何道才)

幼孩耳聾。最覺不便。今有一法。捉一小貓。將貓置在小孩耳旁。貓叫三聲放去。耳即自亮。此法治愈甚多。頗驗。

室白

(舒佩實)

治耳聾法

(何道才)

幼孩耳聾。最覺不便。今有一法。捉一小貓。將貓置在小孩耳旁。貓叫三聲放去。耳即自亮。此法治愈甚多。頗驗。

養和室白

(舒佩實)

治耳聾法

(何道才)

幼孩耳聾。最覺不便。今有一法。捉一小貓。將貓置在小孩耳旁。貓叫三聲放去。耳即自亮。此法治愈甚多。頗驗。

濁粉

(舒佩實)

治耳聾法

(何道才)

幼孩耳聾。最覺不便。今有一法。捉一小貓。將貓置在小孩耳旁。貓叫三聲放去。耳即自亮。此法治愈甚多。頗驗。

室白

(舒佩實)

治耳聾法

(何道才)

幼孩耳聾。最覺不便。今有一法。捉一小貓。將貓置在小孩耳旁。貓叫三聲放去。耳即自亮。此法治愈甚多。頗驗。

養和室白

(舒佩實)

治耳聾法

(何道才)

幼孩耳聾。最覺不便。今有一法。捉一小貓。將貓置在小孩耳旁。貓叫三聲放去。耳即自亮。此法治愈甚多。頗驗。

濁粉

(舒佩實)

治耳聾法

(何道才)

幼孩耳聾。最覺不便。今有一法。捉一小貓。將貓置在小孩耳旁。貓叫三聲放去。耳即自亮。此法治愈甚多。頗驗。

室白

(舒佩實)

治耳聾法

(何道才)

幼孩耳聾。最覺不便。今有一法。捉一小貓。將貓置在小孩耳旁。貓叫三聲放去。耳即自亮。此法治愈甚多。頗驗。

養和室白

(舒佩實)

治耳聾法

(何道才)

幼孩耳聾。最覺不便。今有一法。捉一小貓。將貓置在小孩耳旁。貓叫三聲放去。耳即自亮。此法治愈甚多。頗驗。

濁粉

(舒佩實)

治耳聾法

(何道才)

幼孩耳聾。最覺不便。今有一法。捉一小貓。將貓置在小孩耳旁。貓叫三聲放去。耳即自亮。此法治愈甚多。頗驗。

室白

(舒佩實)

治耳聾法

(何道才)

幼孩耳聾。最覺不便。今有一法。捉一小貓。將貓置在小孩耳旁。貓叫三聲放去。耳即自亮。此法治愈甚多。頗驗。

養和室白

(舒佩實)

治耳聾法

(何道才)

幼孩耳聾。最覺不便。今有一法。捉一小貓。將貓置在小孩耳旁。貓叫三聲放去。耳即自亮。此法治愈甚多。頗驗。

濁粉

(舒佩實)

治耳聾法

(何道才)

幼孩耳聾。最覺不便。今有一法。捉一小貓。將貓置在小孩耳旁。貓叫三聲放去。耳即自亮。此法治愈甚多。頗驗。

室白

(舒佩實)

治耳聾法

(何道才)

幼孩耳聾。最覺不便。今有一法。捉一小貓。將貓置在小孩耳旁。貓叫三聲放去。耳即自亮。此法治愈甚多。頗驗。

養和室白

(舒佩實)

治耳聾法

(何道才)

幼孩耳聾。最覺不便。今有一法。捉一小貓。將貓置在小孩耳旁。貓叫三聲放去。耳即自亮。此法治愈甚多。頗驗。

濁粉

(舒佩實)

治耳聾法

(何道才)

幼孩耳聾。最覺不便。今有一法。捉一小貓。將貓置在小孩耳旁。貓叫三聲放去。耳即自亮。此法治愈甚多。頗驗。

室白

(舒佩實)

治耳聾法

(何道才)

幼孩耳聾。最覺不便。今有一法。捉一小貓。將貓置在小孩耳旁。貓叫三聲放去。耳即自亮。此法治愈甚多。頗驗。

養和室白

(舒佩實)

治耳聾法

(何道才)

幼孩耳聾。最覺不便。今有一法。捉一小貓。將貓置在小孩耳旁。貓叫三聲放去。耳即自亮。此法治愈甚多。頗驗。